

EMERGENCIA

Una Publicación de Seguridad Pública

GUÍA DE ACCIÓN DEL CIUDADANO

Sea inteligente, manténgase informado y preparado

Existe la posibilidad de que, inmediatamente después de una emergencia, algunos servicios esenciales puedan hallarse cortados, y auxiliares locales de desastres, tanto como respondientes del gobierno no puedan llegar a usted inmediatamente.

Es esencial saber que hacer para protegerse a usted y a los miembros de su hogar.

La presente guía describe como protegerse en la mayoría de los desastres que pudieran ocurrir, incluye recomendaciones de seguridad y provee información a cerca de agua y alimento de emergencia.

Acciones de sentido común tomadas para un tipo de emergencia podrían aplicarse a otros también. Las claves para su seguridad son el mantenerse informado, mantener la calma, y contar con un plan de acción.

Como hemos aprendido de eventos recientes en la historia de nuestra nación, las siguientes situaciones podrían surgir después de una emergencia o un ataque terrorista:

- Existe la posibilidad de números significantes de damnificados y/o daños a edificios e infraestructura. Sus proveedores de empleo necesitan tener sus números de contacto e información médica actualizados.
- En seguida de un ataque terrorista, espere ver un fuerte involucramiento de seguridad pública a un nivel local, estatal y federal.
- Los recursos de emergencia médicos y de salud mental podrían verse bajo carga, o bien sobrellevados.
- Habrá un seguimiento extenso de los medios de comunicación posteriormente a dichos eventos, y podrían surgir fuertes temores públicos e implicaciones internacionales por tiempos extendidos.

- Los lugares de empleo, las escuelas y negocios podrían cerrar, suspender sus operaciones, o modificar sus horarios, y podría restringirse el viajar.



Esté seguro que su familia entera conoce sus planes de emergencia, y tenga un contacto de emergencia fuera del hogar.

- Es posible que usted y los miembros de su hogar tengan que re-localizarse por algún periodo de tiempo.
- Una limpieza total podría tomar muchos meses.

La presente guía debe servir la función de un fundamento en preparación anti-desastre y de seguridad. Siendo el caso que en cada vecindad existen condiciones especiales, siga las instrucciones específicas para su área inmediata.

En la eventualidad de una emergencia, sincronice su noticiero local, el Canal de Acceso Gubernamental de Cobb, TV23, o el Canal del Tiempo NOAA.

Podría además ayudar a su comunidad previo a cualquier crisis al matricularse en un entrenamiento Equipo de Reacción de Emergencia (CERT) por sus siglas en inglés, que capacita a ciudadanos particulares con habilidades básicas que podrían utilizar durante una emergencia.

Las clases (CERT) se presentan libres de gasto durante todo el año. Para reservar un espacio en una clase futura, o para mayor información llame al (770) 499-4567.



Cobb County...Expect the Best!

Proteja a su Familia a Través de Planeación Previa

Haga una reunión con su familia y hablen del porqué de prepararse para los desastres. Explique a los menores los peligros de incendio y mal tiempo. Hagan planes para compartir responsabilidades y trabajar en equipo. Hablen acerca de los diferentes tipos de desastres que sean más probables de ocurrir. Explique que se debe hacer en cada caso.

Escoja dos lugares para encontrarse.

- Inmediatamente afuera del hogar, en caso de una emergencia repentina, como un incendio.
- Afuera de su vecindad, en caso de no poder regresar a casa.

Escoja un contacto de emergencia.

- Pídale a un amigo de fuera del estado que sea su contacto familiar. Después de un desastre, es a menudo más fácil llamar a larga distancia. Los miembros de la familia deben llamar a dicha persona e informarles de donde están. Todos deben traer el número telefónico del contacto de emergencia.

Hablen de que hacer en una evacuación.

- Planee como cuidar de sus mascotas. Debido a reglas de salubridad, es probable que no se admitan animales en albergues de emergencia.
- Comuníquese con su oficina de manejo de emergencias, y con su capítulo local de Cruz Roja para obtener informes de preparaciones de emergencia- esté preparado para tomar notas.
- Infórmese de las señales de advertencia en su comunidad- como suenan y que es lo que debe hacer cuando las oye.
- Infórmese de cómo ayudar a los ancianos y minusválidos, si fuera necesario hacerlo.
- Infórmese de los planes para desastres en su lugar de empleo, la escuela o guardería de sus niños, así como otros lugares donde usted y su familia asistan regularmente.

Trabajar con vecinos

- Reúnase con sus vecinos para planear como deben trabajar los vecinos en equipo después de algún desastre.



Los niños necesitan conocer los planes para usar en caso de incendio o emergencia.

- Si usted es miembro de alguna organización comunitaria, así como una asociación de dueños de hogar, o de vigilancia anti-crimen, utilice la preparación para desastres como una nueva actividad. Entérese de las habilidades especiales de sus vecinos.
- Haga planes para cuidado de niños en caso de no poder regresar los padres al hogar.

Repase esos planes repetidamente.

- Pruebe a su familia cada seis meses para que recuerden que hacer. Ensaye y actualice su plan.
- Conduzca ensayos de evacuación de emergencia e incendio.
- Cambie agua almacenada cada tres meses, y alimento almacenado cada seis meses.
- Pruebe y recargue sus extintores para incendio según las instrucciones de fábrica.
- Enséñele a cada miembro del hogar como utilizar el extintor (Tipo ABC), y demuéstreles en donde se guarda.
- Mantenga los números de emergencia al lado del teléfono.

Familia continuado en página 3

Regla número uno: Mantener a mano un buen equipo de primeros auxilios

Debería mantener un equipo de primeros auxilios en su hogar, y en cada vehículo que pertenezca a la familia. Márquelo claramente. Para armar su propio equipo de primeros auxilios, le recomendamos que incluya las siguientes provisiones básicas:

- (20) vendas adhesivas, varios tamaños
- (1) vendaje estéril 5 x 9 pulgadas
- (1) vendaje ajustable de gasa en rollo
- (2) vendajes triangulares
- (2) vendas de gasa estéril 3 x 3 pulgadas
- (2) vendas de gasa estéril 4 x 4 pulgadas
- (1) rollo venda cohesiva de 3 pulgadas de anchura
- (2) toallitas anti gérmenes o desinfectante alcoholizado sin agua
- (6) toallitas antisépticas
- (2) pares de guantes médicos libres de látex tamaño grande
- cinta adhesiva, anchura de 2 pulgadas
- pomada anti-bacterial
- paca fría
- tijeras (tamaño personal)
- pinzas
- barrera para respiración RCP, como un escudo facial
- recetas médicas de la familia
- herramientas y provisiones
- Fármacos no recetados
 - aspirina, o analgésicos sin aspirina
 - medicamento anti-diarrea
 - antiácidos (para malestares estomacales)



Robert Gugley

En una emergencia inesperada, estuches múltiples de primeros auxilios pueden hacer toda la diferencia en tanto a la salud de su familia.

- jarabe epicazo (usado para inducir vómitos si es recomendado por el Centro de Control de Venenos)
- laxante
- carbón activado (usado bajo instrucciones del Centro de Control de Venenos)

Familia

continuado de pagina 2

- Enséñeles a sus hijos como y cuando llamar al 911, o a sus servicios locales de emergencia médica para pedir ayuda.
- Demuéstrele a cada miembro del hogar como y cuando apagar el agua, gas y corriente eléctrica en su fuente principal, o en la caja de circuitos.
- Asegure tener suficiente cobertura en seguros.
- Establezca las mejores rutas de escape de cada cuarto en su hogar e intente identificar dos salidas de cada uno.
- Busque áreas seguras en su hogar para cada tipo de desastre.
- Instale detectores de humo en cada nivel de su hogar, especialmente cerca de las recamaras.
- Almacene provisiones de emergencia, y junte un equipo para desastres.
- Tome clases, tales como primeros auxilios y RCP, (Resucitación Cardio-Pulmonar), o únase a un Equipo Comunitario Anti-Desastres. (CERT). Puede obtener mayor información al (770) 499-4567.

Transformando su hogar en un albergue seguro

En un caso que las autoridades le pidan que se albergue en donde se halla, sería una precaución durante una emergencia de materiales peligrosos, para mantenerle seguro puertas adentro. (No es lo mismo que las medidas de seguridad durante una tormenta, en las cuales debe tomar cubierto bajo nivel de la tierra.)

El caso presente significaría seleccionar un cuarto interior, pequeño, sin ventanas o con muy pocas, y refugiarse ahí. No significa sellar por completo su hogar o edificio de oficinas.

- Cierre todas las ventanas y puertas exteriores con llave. En caso de existir el peligro de una explosión, cierre las persianas o cortinas.
- Apague todos los abanicos y sistemas de calefacción y aire acondicionado.
- Cierre el ahogador de la chimenea.
- Saque su equipo para desastres y asegure que su radio está funcionando.
- Vaya a un cuarto interior sin ventanas que sea arriba del nivel del suelo. En caso de una amenaza química, una localidad alta es preferible porque algunos químicos son más pesados que el aire y podrían entrar en un sótano, aún con las ventanas

cerradas.

- Traiga a sus mascotas con usted, y recuerde traer alimento y agua suficiente para ellas.
- Lo ideal es tener un teléfono alámbrico en el cuarto que seleccione. Llame a su contacto de emergencia, y mantenga el teléfono a mano si necesita reportar alguna condición que amenace la vida. El servicio celular podría estar sobrecargado o dañado durante una emergencia.
- Use cinta gris y hojas de plástico (más pesado del que se utiliza para alimentos) para sellar todas las grietas en la puerta y cualquier ventilación al cuarto.
- Siga escuchando su radio o televisión hasta que se le diga que todo está claro, o que evacue.



SPECIAL

Como evitar que una situación mala empeore en el hogar

Durante un desastre, algunos objetos ordinarios podrían causar heridas o daños. Cualquier cosa que pueda; moverse, caer, quebrarse o causar un incendio es un peligro en el hogar.

Por ejemplo: un calentón de agua, o un librero puede caerse. Inspeccione su hogar por lo menos anualmente y corrija potenciales peligros.

- Repare instalaciones eléctricas y plomería defectuosas. Si percibe el olor a gas, apáguelo y llame a un profesional certificado para hacer reparaciones.
- Asegure bien toda estantería a la pared. Coloque objetos grandes y pesados en los estantes más cercanos al suelo.
- Cuelgue cuadros y espejos lejos de camas,

fije cuadros y espejos grandes a la pared con tornillos o pernos.

- Asegure el calentón de agua al suelo o a la pared por medio de correas de metal o algún otro método.
- Almacene todo químico nocivo lejos de llamas o fuentes de calor.
- Haga que reparadores profesionales certificados limpien y mantengan toda chimenea y escape de gas.
- Pruebe sus detectores de humo mensualmente, y cambie las baterías por lo menos una vez al año.
- Localice los cables de las utilidades que estén afuera; manténgase lejos de cables de luz derribados durante una emergencia.

Junte los materiales que podría necesitar en una crisis

¿Dónde estará su familia cuando ocurra algún desastre? Podrían estar en cualquier lugar- en el trabajo, en la escuela, o en el auto. ¿Cómo se encontrarían ustedes? ¿Sabría si sus hijos están seguros?

Los desastres pueden ocurrir sin aviso. Podrían forzarle a evacuar su vecindad o encerrarlo en su casa.

¿Qué haría si se cortaran los servicios básicos? ¿Agua, gas, corriente eléctrica o teléfonos? Oficiales locales y trabajadores de desastres estarán presentes, pero no pueden alcanzar a todos de una vez. La familias pueden enfrentar los desastres al prepararse de antemano y trabajar juntos como equipo.

Localice la caja de circuitos, las llaves principales de agua y gas natural. Aprenda como y cuando debe apagar dichos servicios. Enséñele a cada miembro responsable en el hogar.

Mantenga las herramientas necesarias junto a las llaves de agua y gas. Recuerde, solo corte los servicios si sospecha que las líneas estén dañadas, o si recibe instrucciones de hacerlo. Si desconecta el gas, un profesional tendrá que volverlo a conectar.

Provisiones

Mantenga en el hogar las provisiones necesarias para suplir a su familia por tres días. Junte un equipo de provisiones para desastres con artículos que podría necesitar en caso de una evacuación.

Almacene estas provisiones en contenedores fuertes y fáciles de cargar, tales como mochilas o basureros con tapas

Incluya:

- Una provisión de agua de tres días (un galón por persona por día) y alimentos que no se echen a perder.
- Un cambio de ropa y calzado por persona, y una cobija o bolsa de dormir por persona.
- Un equipo de primeros auxilios que incluye medicamentos de receta para su familia. Mantenga un equipo de primeros auxilios en cada vehículo.
- Herramienta de emergencia, a incluir un radio de baterías, una lámpara de mano y una gran cantidad de baterías extras.
- Un juego extra de llaves para el auto, una tarjeta de crédito, efectivo, o cheques de viajero.
- Artículos especiales para infantes, ancianos o

miembros de la familia con minusvalías.

- Un par de lentes extras.
- Mantenga documentos familiares importantes en un contenedor impermeable. Mantenga una cantidad menor en la cajuela de su auto.
- Utensilios para comer; platos, tazas o vasos de papel, utensilios de plástico.
- Guía de Acción de Emergencia del Ciudadano.

Herramientas

- Abrelatas manual, navaja de utilidad
- Extintores: tamaño pequeño, tipo ABC
- Pinzas y cinta adhesiva
- Brújula
- Cerillos (fósforos) en un contenedor impermeable.
- Papel de aluminio
- Contenedores de plástico para almacenaje.
- Faros de señal y silbato
- Papel y lápiz
- Agujas, hilo
- Cuentagotas para medicamentos
- Llave apagadora para agua y gas
- Plástico en rollo, y una pequeña tienda de campaña portátil.
- Mapa del área local, (para localizar áreas de reunión y rutas de evacuación)



Vestimenta

- Vestimenta y cobijas
- Zapatos resistentes, o botas para trabajo
- Ropa impermeable, gorra y guantes
- Ropa interior termal
- Lentes oscuros

Higiene

- Papel higiénico, toallitas y limpiadores alcoholizados de mano.
- Jabón, detergente en líquido
- Provisiones femeninas y artículos de higiene personal
- Bolsas de plástico para basura, amarres (para usos higiénicos)
- Bote (cubeta) de plástico con tapa segura
- Desinfectante

Mantenga una provisión constante de agua potable

El tener una fuente amplia de agua limpia es de la más alta prioridad en una emergencia. Una persona de un nivel normal de actividad necesita beber por lo menos dos cuartos de agua por día. Un ambiente caluroso puede redoblar esa cantidad.

Niños, mujeres dando pecho y gente enferma necesitan aún más. Además necesitará agua para la preparación de alimentos e higiene. Almacene un total de por lo menos un galón de agua por persona, por día. Debería almacenar por lo menos una provisión de agua de dos semanas por persona.

Si se escasean las provisiones, nunca racione agua. Beba la cantidad requerida hoy, y busque más para mañana. Se puede minorar el requisito de agua al reducir su nivel de actividad y mantenerse fresco.

Como almacenar agua

Almacene agua en contenedores bien lavados de plástico, vidrio, fibra de vidrio o metal esmaltado. Nunca use un contenedor que haya contenido sustancias tóxicas. Contenedores como botellas de refrescos, son lo mejor.

Además, puede comprar cubetas o tambos de calidad alimenticia. Selle bien los contenedores de agua, etiquételos, y guárdelos en un lugar oscuro y fresco. Cambie el agua cada seis meses.

Fuentes escondidas de agua

Si usted es sorprendido por algún desastre sin una fuente de agua limpia, puede usar el agua en su calentón de agua, la tubería, y los cubos de hielo que tenga en su congelador. Como último recurso, puede usar el agua en el tanque de su inodoro (la taza no).

Infórmese de la localización de la válvula principal de entrada de agua. Si oye reportajes de líneas de agua rotas o fugas de aguas negras, tendrá que saber apagarla.



Christina Hogan

Hay tres formas de asegurar que agua de fuera sea segura para tomarse

Para obtener agua de su tubería, deje entrar aire al sistema abriendo una llave en el nivel más alto de su casa. Escapará un poco de agua. Entonces obtenga su agua de la llave en el nivel más bajo de su casa.

Para utilizar el agua en el tanque del calentador, asegure primero que se haya cortado la corriente eléctrica y de gas, y abra el escape en la parte inferior del tanque. Haga fluir el agua con cerrar la válvula de entrada al tanque, y abrir una llave de agua caliente. No vuelva a prender el gas, ni la corriente mientras sigue vacío el tanque.

Tres maneras de tratar agua

Adicionalmente a presentar un olor y sabor desagradable, el agua contaminada puede contener micro-organismos que causan enfermedades tales como: disentería, tifoidea, o hepatitis. Trate toda **agua de** pureza dudable antes de usarla para beber, preparación de alimentos o higiene.

Agua continuado en página 8

El almacenar hoy significa menos preocupaciones después

Aunque es improbable que una emergencia corte sus fuentes de alimentos por dos semanas, debería preparar una despensa que dure ese tiempo.

La manera más fácil de juntar una reserva es simplemente aumentar la cantidad de despensa que normalmente mantiene.

Si se reduce la actividad, las personas que presenten buena salud pueden sobrevivir con la mitad del ingreso alimenticio por un largo plazo, y sin alimento por varios días. El alimento, a diferencia del agua, debe racionarse de una manera segura, con la excepción de niños o mujeres encintas.

Si sus recursos de agua se hallan limitados, evite alimentos altos en grasa y proteína. No almacene alimentos altos en sal, porque causan sed. Trate de comer galletas sin sal, cereales de grano integral y comidas enlatadas con un alto contenido de líquidos.

No es necesario comprar alimentos desconocidos para juntar una despensa de emergencia. Mantenga alimentos enlatados, mezclas en polvo o secas, y otros alimentos básicos en su despensa. Comidas conocidas son importantes, en que pueden levantar la moral y dar un sentir de seguridad en momentos de estrés. Además, las comidas enlatadas no necesitan cocinarse, ni necesitan de agua o de ninguna preparación especial.

Consideraciones especiales

Tome en cuenta los gustos y necesidades de su familia. Incluya comidas que disfruten y que a la vez sean altas en nutrición y calorías. Los mejores alimentos son aquellos que no requieran refrigeración, preparación, y que no se necesiten cocinar.

Los individuos con dietas especiales o alergias, así como infantes, niños y ancianos tendrán que ejercer un cuidado especial. Es posible que niños de pecho necesiten de fórmula líquida en caso de no poder tomar pecho. Alimentos dietéticos enlatados, jugos y sopas pueden ser de beneficio para los enfermos o ancianos.

Asegure contar con un abrelatas manual y utensilios desechables. No olvide alimento que no se eche a perder para sus mascotas.

Cocinar sin energía

En una emergencia se puede usar una chimenea



Alimentos conocidos son lo mejor en preparación para una reserva de emergencia

para cocinar, así como afuera se puede utilizar una parrilla de carbón o una estufa de campamento. Además puede calentar comida sobre una veladora, platos de servicio caliente o un juego de fondue. Comidas enlatadas se pueden consumir directamente de la lata. Si la calienta en la lata, esté seguro de abrir la lata y removerle la etiqueta.

Recomendaciones para el almacenaje

- Almacene en un sitio fresco y seco- oscuro si es posible.
- Mantenga la comida tapada en todo momento.
- Abra con cuidado las latas y cajas, para poder cerrarlas bien después de cada uso.
- Envuelva galletas y saladas en bolsas de plástico y manténgalas en contenedores herméticos.
- Vacíe paquetes abiertos de azúcar, fruta seca, y nueces en frascos con tapadera de rosca, • en contenedores herméticos para protegerlos de animales o insectos nocivos.
- Asegure que los alimentos no se han echado a perder antes de utilizarlos.
- Use alimentos antes que se echen a perder y reemplácelos con provisiones frescas, marcando la fecha en tinta.

*Fuente de provisiones alimenticias,
continuado en página 10*

El sistema de sirenas del condado provee advertencias importantes

Cuando oiga cualquiera de las 74 sirenas de emergencia en Cobb County, debe entrar en acción inmediata.

El condado hará sonar las sirenas por un tiempo de tres a cinco minutos cuando:

- El Servicio Nacional Meteorológico publique una advertencia de una tormenta eléctrica severa con alerta de tornado.
- El Servicio Nacional Meteorológico publique una advertencia de tornado.
- Se ha visto un tornado, o ha sido reportado por oficiales de seguridad pública.
- Se publiquen advertencias adicionales de tiempo.
- Existan eventos de Seguridad Nacional.
- Existan incidentes de materiales nocivos en los cuales sería recomendable la evacuación u alguna



otra acción indicada.

Las sirenas de Cobb County se prueban a las doce del mediodía cada primer miércoles del mes por un plazo de tres a cinco minutos, si el tiempo lo permite.

En caso de ser dudable el tiempo ese miércoles, la prueba se llevará a cabo el jueves. Si el tiempo sigue dudable el jueves, se cancelará la prueba por ese mes.

Varias de las sirenas de Cobb County cuentan con la capacidad de transmitir mensajes de voz.

La mayoría de las sirenas de Cobb no especificarán el tipo de tormenta o emergencia; por tanto, tendrá que sincronizar su estación local de radio o televisión para obtener mayor información.

Agua

continuado de página 6

Hay muchas maneras de tratar agua. Ninguna de ellas es perfecta. La mejor solución a menudo es una combinación de métodos.

Antes de comenzar el tratamiento, permita que cualquier partícula suspendida caiga al fondo, o cuélelas con toallas de papel o una tela limpia.

Hervir: El hervir agua es el método más seguro de tratar agua. Deje hervir de lleno por 3-5 minutos, teniendo en mente que una parte del agua se evaporará. Deje que se enfríe antes de beberla. El agua hervida tendrá un mejor sabor si vuelve a oxigenarla echándola repetidamente de un contenedor limpio a otro. Este proceso también mejorará el sabor de agua almacenada.

Desinfectación: Puede usar un cloro líquido para destruir micro-organismos. Use solamente cloro regular de uso casero que contenga un 5,25 por ciento de sodio hipoclorito. No use cloros con fragancia, para uso con colores, ni cloros con detergentes adicionales.

Aplique 16 gotas de cloro por cada galón de agua, revuelva y deje por 30 minutos. Si el agua no muestra un leve olor a cloro, repita la dosis y deje de nuevo por 15 minutos.

El único agente que se debe utilizar para desinfectar agua es cloro casero común. Otros químicos, tales como yodo o productos para tratamiento de agua que se venden en tiendas de pertrechos para acampar que no contengan un 5,25 por ciento de sodio hipoclorito como su único ingrediente activo no son recomendados, y no se deben usar.

Mientras los dos métodos antedichos destruirán la mayoría de los microbios en el agua, la destilación removerá microbios que resisten esos métodos, metales pesados, sal y otras impurezas. Para destilar, llene una olla a la mitad con agua. Ate una taza al mango de la tapadera de la olla para que cuelgue boca arriba con la tapadera volteada (asegure que la taza no cuelgue dentro del agua) y hierva el agua por 20 minutos. El agua que gotee de la tapadera a la taza es agua destilada.

Que Hacer Durante una Alerta de Seguridad Nacional:

RIESGO SEVERO

TOTAL DE ACCIONES RECOMENDADAS A NIVELES BAJOS (ROJO)

- Escuchar la radio o TV para obtener información e instrucciones actualizadas
- Comunicarse con negocios y/o escuelas para determinar el estado de días de trabajo/clases
- Cumpla con cualquier restricción de viajar que sea anunciada por gobiernos locales
- Manténgase preparado para albergarse en su lugar o evacuar en caso de recibir tales instrucciones de algún gobierno local
- Platique con menores de edad acerca de temores que puedan tener, en tanto a posibles ataques terroristas

RIESGO ALTO

TOTAL DE ACCIONES RECOMENDADAS A NIVELES BAJOS (NARANJA)

- Ejerza cautela al viajar
- Tome precauciones adicionales en eventos públicos

RIESGO ELEVADO

TOTAL DE ACCIONES RECOMENDADAS A NIVELES BAJOS (AMARILLO)

- Ensaye su plan anti-desastres
- Desarrolle rutas alternas al trabajo o a la escuela y de regreso, y ensáyelas

RIESGO GUARDADO

TOTAL DE ACCIONES RECOMENDADAS A NIVELES BAJOS (AZUL)

- Manténgase alerta a actividades sospechosas y repórtelas a autoridades apropiadas (no emergencia 770.499.3911
- Provea servicios voluntarios y tome ventaja de oportunidades adicionales de capacitación

RIESGO BAJO

(VERDE)

- Desarrolle un Plan Personal/Familiar Anti-Desastres, y actualícelo como se requerido
- Prepare un estuche de Provisiones Anti-Desastre, y actualícelo como sea necesario
- Desarrolle un plan de comunicaciones de emergencia con miembros de la familia, vecinos y amigos, y actualícelo como sea necesario
- Infórmese de oportunidades voluntarias dentro de su comunidad; escoja una agencia a la cual se haga voluntario y reciba capacitación inicial
- Si es que la desconoce, comuníquese con la escuela para determinar sus planes de notificación y evacuación para los niños

Usted puede hacer su parte con mantenerse alerta

Los residentes pueden observar una variedad de actividades, declaraciones, asociaciones, coordinaciones o patrones de actividades que puedan levantar sospechas de alguna conducta ilegal dentro de sus comunidades.

Nadie cuenta con una mejor perspectiva de lo que es una actividad normal en una comunidad que la gente que vive en ella. Los departamentos de seguridad pública siempre han contado con las percepciones de sentido común de los residentes que noten algo o alguien que aparente ser sospechoso o estar fuera de lugar. El hecho de participar en cooperación con el Departamento de seguridad Nacional en Cobb es igual a tomar parte en su grupo de alerta comunitario local, pero con mucho más de por medio.

Al estar bajo cualquier alerta alta, el Departamento

de Seguridad Pública de Cobb County habrá aumentado la seguridad de facilidades claves en el condado. El acceso se hallará restringido en algunas facilidades del condado, y no se permitirán visitas sin escolta.

Si observa usted alguna actividad sospechosa que requiera de una atención inmediata, debe comunicarse con Cobb County al 911. Si tiene alguna información acerca de alguna actividad sospechosa que ya no se halle en acción, llame a la línea confidencial de 24 horas de Seguridad Nacional de Cobb County al (770) 590-5569.



Observar y reportar

Fuente de provisiones alimenticias

continuado de página 7

- Reemplace nuevas provisiones en la parte trasera del área de almacenaje.

Recomendaciones para la nutrición

Es imperativo mantener su fuerza durante o inmediatamente después de un desastre.

- Consuma por lo menos una comida bien balanceada por día.
- Beba suficiente líquido para permitir que su cuerpo funcione adecuadamente (por lo menos dos cuartos por día).
- Ingiera calorías suficientes para permitirle cumplir con trabajos necesarios.
- Incluya suplementos de vitaminas, minerales y proteína en sus reservas para asegurar una nutrición adecuada.

Rotación

Las siguientes son guías generales para la rotación de alimentos comunes para emergencia.

Para uso dentro de seis meses:

- Leche en polvo (en caja)
- Fruta seca (en contenedores de metal)
- Galletas secas y crujientes (en contenedores de metal)
- Papas

Para uso dentro de un año:

- Carne enlatada condensada, sopa de verduras
- Frutas enlatadas, jugo de frutas y vegetales
- Cereales listos para comer y cereales instantáneos no cocidos (en contenedores de metal)
- Crema de cacahuate (maní)
- Dulces duros, nueces o cacahuates (maní) enlatados y vitamina C

Se pueden usar indefinidamente (en contenedores y bajo condiciones adecuadas):

- Trigo, maíz seco, arroz blanco y pasta seca.
- Aceite vegetal, frijol de soja
- Levadura en polvo, sal
- Café instantáneo, té y cocoa
- Bebidas no carbonizadas
- Productos de caldo en polvo
- Leche en polvo (en latas empaquetadas con nitrógeno)

Si se corta la electricidad

PRIMERO, utilice comidas perecederas y comidas del refrigerador.

ENTONCES, utilice comidas del congelador. Para minimizar las veces que se abra el congelador, ponga una lista de sus contenidos en la puerta. En un congelador lleno y con buen aislante, los productos deberían tener cristales de hielo en su centro (lo que significa que se pueden injerir) por tres días por lo menos.

FINALMENTE, comience a utilizar comidas no perecederas y comidas básicas.

Esté preparado para el terrorismo: recomendaciones para su seguridad

La amenaza del terrorismo puede presentarse de varias formas, pero usted puede tomar muchos pasos sencillos para mantenerse seguro. Aún durante las peores situaciones, puede entrar en acción para reducir los peligros para usted, y para otros.

- En donde sea que se encuentre, manténgase al tanto de lo que le rodea.
- Tome precauciones al viajar. Esté alerta de cualquier comportamiento sospechoso, o que llame la atención. No acepte paquetes de desconocidos. No deje su equipaje sin atención.
- Reporte inmediatamente a la policía o a algún personal de seguridad actividades fuera de lo común, paquetes sospechosos o artefactos extraños.
- No tema moverse o irse de un lugar si se siente incomodo, o algo no se mire bien.
- Infórmese de la localidad de las salidas de emergencia en todos los edificios que usted frecuenta. Haga nota de las salidas en edificios desconocidos. Planifique como salir de un edificio, metro o área pública congestionada. Note donde se hallan las escaleras. Haga nota de objetos grandes o pesados que se podrían caer o romper en una explosión.
- Esté familiarizado con los tipos de extintores y como localizarlos. Entérese de la disponibilidad y localización de cascos de seguridad en edificios que frecuente.
- Junte un estuche de provisiones anti-desastre en el hogar, y capacítese en primeros auxilios. Separe las provisiones que llevaría si tuviera que evacuar rápidamente, y póngalos en una mochila o un contenedor, listos para llevar.

Protección en contra de ciber-ataques

Los ciber-ataques hacen blanco de redes de computadora o de telecomunicaciones en infraestructuras críticas tales como: sistemas de luz, sistemas de control de tránsito, y sistemas financieros.

Los ciber-ataques hacen blanco de tecnologías de información en tres maneras diferentes. La primera es un ataque directo en contra de un sistema por medio de las líneas, conocido como "hacking".

En la segunda, el ataque podría ser un ataque físico en contra de algún elemento crítico. La tercera sería un ataque desde adentro, como resultado de



El equipo Hazmat (anti materiales dañinos) está capacitado para tratar con materiales peligrosos, sean químicos o biológicos.

comprometer a alguna persona de confianza, que cuenta con acceso al sistema.

- Esté preparado para sobrevivir sin los servicios con que normalmente cuenta, y que podrían ser interrumpidos- electricidad, teléfono, gas natural, bombas de gasolina, cajas de registro, máquinas ATM y transacciones en el internet.
- Esté listo para responder a instrucciones oficiales, en caso que un ciber-ataque ocasione otros peligros como: evacuaciones generales, evacuaciones a albergue, o albergue en su lugar a causa de fugas de materiales nocivos, incidentes de plantas nucleares o fallas en sistemas de control de inundaciones.

Armas químicas y biológicas

La autoridades indicadas le informarían de cómo proseguir en el caso de algún ataque de arma química o biológica en su área. Podría incluir el evacuar inmediatamente el área, buscar albergue en algún lugar designado, o tomar albergue inmediato donde se halla, y sellar el local.

La mejor manera de protegerse es en tomar medidas de preparación para emergencias por adelantado, y buscar asistencia médica lo más pronto posible, si fuera necesario. Mantenga una versión de su estuche anti- desastres en su trabajo.

Seguridad continuado en página 12

Seguridad

continuado de página 11

En caso de recibir instrucciones de permanecer donde está:

- Corte toda fuente de ventilación, incluyendo calentones, aire acondicionado, respiraderos y abanicos.
- Busque albergue en un cuarto interno, preferiblemente sin ventanas. Selle el cuarto con cinta para conductos, y plástico en rollo. Diez pies cuadrados de espacio por persona proveerá aire suficiente para evitar la concentración de monóxido de carbón por un plazo de hasta cinco horas.
- Permanezca en áreas protegidas donde los vapores tóxicos estén reducidos o eliminados, y asegure llevar su radio de baterías con usted.

Si es sorprendido en un área sin protección:

- Diríjase viento arriba de la contaminación.
- Busque cubierto lo más pronto posible.
- Escuche su radio para oír instrucciones oficiales.

Que hacer siguiendo un ataque químico

Algunos síntomas inmediatos de ser expuesto a agentes químicos pueden incluir: vista borrosa, ojos irritados, respiración difícil y náuseas. Una persona afectada por algún agente químico o biológico requiere atención médica inmediata.

En ausencia de ayuda médica inmediata, descontamínese usted, y a otros. Para minimizar las consecuencias a la salud, es necesario llevar a cabo la descontaminación dentro de una cuestión de minutos de haber sido expuesto. (No salga de un albergue para rendir ayuda, al menos que el ambiente haya sido declarado seguro).

Actúe con extrema cautela al auxiliar a otros que han sido expuestos a químicos.

- Quite toda ropa y otros artículos que estén en contacto con el cuerpo. Ropa contaminada que normalmente se quitaría por la cabeza debe ser cortada para evitar contacto con los ojos, la nariz y la boca.
- Si es posible, coloque la ropa dentro de una bolsa de plástico. Descontamine las manos con

jabón y agua. Remueva lentes convencionales o de contacto. Coloque los lentes en cloro de uso casero para descontaminarlos.

- Remueva todo artículo que esté en contacto con el cuerpo.
- Enjuague los ojos con bastante agua.
- Lave el rostro y el cabello suavemente con jabón y agua; entonces enjuagando bien con agua.
- Descontamine otras áreas del cuerpo que probablemente hayan sido contaminadas. Límpielas sin tallar o raspar con un trapo empapado con agua enjabonada, y enjuague con agua limpia.
- Use un cambio de ropa sin contaminación, ropa que haya estado guardada en un cajón o un closet probablemente no está contaminada.
- Si es posible, vaya a una facilidad médica.

Que hacer siguiendo un ataque biológico

En muchos ataques biológicos, la gente no está enterada de haber sido expuestos a un agente dañino.

La primera evidencia de un ataque podría ser que note síntomas de la enfermedad causada por ser expuesto a un agente, y debe buscar tratamiento médico de inmediato.

En algunas situaciones, así como cuando se mandaron las cartas con ántrax en el 2001, la gente podría ser alertada a ser potencialmente expuesta. Siendo este el caso, ponga mucha atención a toda instrucción y advertencia oficial. En un evento biológico, los servicios médicos se podrían manejar de una manera diferente, debido a la demanda incrementada. Será de suma importancia que preste atención a las instrucciones oficiales por radio, televisión y sistemas de alerta de emergencia.

En caso de hacer contacto con su piel o ropa alguna sustancia infecciosa visible, quite y embolse la ropa y artículos personales de inmediato, y lávese bien con agua tibia y jabón. Póngase ropa limpia y solicite ayuda médica.

Siga procedimientos básicos para amenazas de bomba, o paquetes sospechosos

En caso de recibir una amenaza de bomba por teléfono, obtenga toda la información posible del que llama. Mantenga en la línea al llamador y haga notas o grabe todo lo que diga. Entonces notifique a la policía y a la gerencia del edificio.

Si se le notifica de una amenaza de bomba, no toque cualquier paquete sospechoso. Despeje el área alrededor de los paquetes y notifique de inmediato a la policía.

Al evacuar un edificio, no se pare en frente de ventanas, puertas de vidrio, u otras potenciales áreas de peligro. No bloquee las aceras o calles que puedan ser usadas por oficiales de emergencia u otros que salgan del edificio.

Esté alerta a paquetes o cartas sospechosas. Podrían contener explosivos o agentes químicos o biológicos. Ejercer una cautela especial en su lugar de empleo. Algunas características típicas que deberían causar sospecha incluyen paquetes que:

- Sean inesperados, o vengan de algún desconocido.
- No tengan dirección de vuelta, o que traigan una dirección que no se pueda comprobar
- Que estén marcados con adosamientos restrictivos como: Personal, Confidencial o No Se radio-grafíe.
- Que muestren alambres o papel aluminio, o tengan un olor o una mancha inusual.
- Que muestren un sello postal de una ciudad o estado que no coincide con la dirección de vuelta.
- Que sean de un peso inusual para su tamaño, o que presenten una forma extraña.
- Que vengan marcados con algún lenguaje amenazador.
- Que estén etiquetados desapropiadamente o inusualmente.
- Que traigan un franqueo postal excesivo, o envoltura, como de hilo o cinta, excesiva.
- Que muestren palabras comunes mal deletreadas.
- Que estén dirigidas a alguien que ya no esté con la empresa.
- Que muestre títulos incorrectos, o títulos sin un nombre.
- Que no sean dirigidos a nadie en particular.



El equipo anti-explosivos de Cobb County está capacitado para tratar con explosivos y amenazas.

- Que estén escritos a mano, o mal escritos a máquina.
 - Con la excepción de aquellos que podrían contener explosivos, tome los siguientes pasos al tratar con paquetes sospechosos.
- Absténgase de comer o beber dentro de un área designada para manejo de correo.
- Coloque paquetes o sobres sospechosos en una bolsa de plástico, o algún otro contenedor para evitar derrames del contenido. Nunca huela correo sospechoso.
- En caso de no tener un contenedor a mano, cubra el sobre o paquete con alguna cosa disponible (Ej. Ropa, papel, basura, basurero, etc.), y no remueva el cubierto.
- Salga del cuarto y cierre la puerta, o seccione el área para evitar que entren otros.
- Lávese las manos con jabón y agua para prevenir contaminarse la cara con polvo.
- Si está en el trabajo, reporte el incidente a su oficial de seguridad en el edificio o algún supervisor disponible, quien debe notificar a la policía y otras autoridades sin demora.
- Haga una lista de las personas que se hallaban en el cuarto cuando se descubrió la carta o el paquete sospechoso. Entrégueles esta lista tanto a las autoridades locales de salubridad como a oficiales de seguridad pública.

Incendios y explosiones: Que hacer en situaciones de peor caso

Las explosiones pueden causar el colapso de edificios, e incendios. Aquellas personas que vivan o trabajen en un edificio de varios niveles pueden hacer lo siguiente:

- Repase los procedimientos de evacuación de emergencia. Entérese de la localidad de las salidas de emergencia. Haga nota de todas las salidas al entrar a un edificio desconocido.
- Mantenga extintores en un plan de funcionamiento. Entérese de cómo localizarlos y como operarlos.
- Capacítense en primeros auxilios. Comuníquese con la Cruz Roja (American Red Cross) o tome clases de Equipo Comunitario de Respuesta de Emergencia (CERT). Para mayor información acerca de CERT, llame al (770) 499-4567



Las empresas deben prepararse también

Los dueños de edificios deben mantener las siguientes provisiones en un lugar designado de cada piso de su edificio.

- Un radio portátil de baterías, y baterías extras.
- Varias lámparas de mano con baterías extras.
- Estuche de primeros auxilios y un manual de primeros auxilios.
- Varios cascos de seguridad.
- Cinta fluorescente para bloquear áreas peligrosas.



En caso de una explosión:

Salga del edificio lo más pronto posible. No pare para recuperar artículos personales, o para hacer llamadas telefónicas.

Si están cayendo objetos a su alrededor, póngase debajo de una mesa fuerte o un escritorio hasta que dejen de caer. Entonces salga rápidamente, teniendo cuidado con pisos y escaleras débiles, y escombros que caigan al salir.



edificio lo más pronto posible.

- Cúbrase la boca y la nariz con un trapo húmedo.
- Al acercarse a una puerta cerrada, use el reverso de su mano para palpar las partes superior, inferior y medias de la puerta.
- Nunca use la palma de la mano ni sus dedos para palpar la presencia de calor; el quemarse esas áreas podría impedir su habilidad de huir el incendio (Ej. Usar escaleras y gatear).
- Si la puerta NO está caliente, ábrala lentamente para asegurar que fuego o humo no estorben la ruta de escape.
- En caso de hallarse bloqueada su ruta de escape, cierre la puerta inmediatamente y use alguna ruta alterna, como una ventana.
- Si la ruta principal está despejada, salga inmediatamente por la puerta. Esté preparado para gatear. El humo y el calor suben. El aire es más claro y fresco cerca del piso.
- Si la puerta está caliente, no la abra. Escape por una ventana.
- Si no puede escapar, cuelgue una sábana blanca, o de color claro por la ventana, lo que alerta a los bomberos.
- Humos gruesos y gases tóxicos se juntan primero en el techo. Manténgase debajo del humo en todo momento.

En caso de hallarse atrapado en escombros

- No encienda lumbre.
- No se mueva, ni levante polvo. Cúbrase la boca con un pañuelo o artículo de ropa.
- Toque rítmicamente en un tubo, o en la pared para que los rescatistas puedan oír donde está. Si lo tiene disponible, use un silbato.

Grite solo como último recurso cuando oiga sonidos y piensa que alguien podría oírlo. El hecho de gritar puede causar que una persona inhale cantidades peligrosas de polvo.

En caso de un incendio

- Manténgase bajo, al nivel del suelo, y salga del

Como hacer un albergue seguro de su lugar de empleo

- Cierre el negocio.
- Si hay clientes o visitas dentro del edificio, pídale que permanezcan ahí. Cuando las autoridades extiendan instrucciones de albergarse en su lugar, es que desean que todos tomen esos pasos de inmediato y no salgan afuera.
- Al menos que exista alguna amenaza eminente, pídale a todos que llamen a sus contactos de emergencia para dejarles saber donde están y que están seguros.
- Ponga a funcionar sistemas alternos de contestar teléfonos. Si el negocio cuenta con correo de voz, o un asistente automatizado, cambie la grabación a indicar que el negocio está cerrado y que todos permanecerán adentro hasta que las autoridades decidan que todo está seguro.
- Cierre y asegure todas las ventanas, las puertas exteriores y cualquier apertura hacia fuera. Si existe el peligro de una explosión, cierre las persianas o cortinas.
- Haga que los empleados que estén familiarizados con los sistemas mecánicos apaguen todos los sistemas de aire acondicionado, abanicos o calefacción. Algunos sistemas intercambian automáticamente el aire exterior con el interior. Dichos sistemas tienen que ser apagados, sellados o descompuestos.
- Junte las provisiones necesarias, tal como alimentos no perecederos, agua embotellada, radios de baterías, provisiones de primeros auxilios, lámparas de mano, baterías, cinta para conductos, plástico en rollo/ bolsas de basura.
- Escoja cuartos interiores, con la menor cantidad posible de ventanas o respiraderos, que estén arriba del nivel del suelo. Debería tener espacio suficiente para que todos puedan sentarse. El usar varios cuartos podría evitar la sobre-población.
 - Los closet grandes de almacenaje, cuartos de utilidad, despensas, cuartos de conferencia o de copiadoras sin ventanas exteriores funcionan bien. Evite cuartos con equipo tal como respiraderos, sopladores o tubería, porque podrían no estar sellados del exterior.
- Es ideal tener un teléfono alámbrico en el cuarto. Los sistemas de teléfono celular podrían hallarse sobre cargados en una emergencia.
- Traiga a todos al cuarto. Cierre y asegure la puerta. Apunte los nombres de todos y llame a su contacto de emergencia para reportar quien está ahí.
- Use cinta para conductos y plástico en rollo (más pesado que envoltura para alimentos) para sellar todas las grietas alrededor de las puertas, y cualquier respirador que entre al cuarto.



Cobb EMA (770) 499-4567

Atlanta Red Cross (770) 428-2695

CERT classes (770) 499-4567

www.cobbcounty.org

www.cobbanddouglaspublichealth.org

www.redcross.atlanta.org

www.defenselink.mil/specials/homeland/

www.whitehouse.gov/homeland/

www.ganet.org/gbi/

www.fbi.gov/

www.gahomelandsecurity.com

www2.state.ga.us/

www.ready.gov

PARA NIÑOS:

www.fema.gov/kids/feel.htm

PARA EDUCADORES:

www.fema.gov/kids/teacher.htm#terror

PARA EMPRESAS:

www.fema.gov/pdf/library/bizindst.pdf

LISTA DE CONTACTOS DE EMERGENCIA

GUÍA DE ACCIÓN DEL CIUDADANO

Contacto fuera del estado:

Nombre: _____

Dirección: _____

Teléfono (Día): _____ (Noche): _____

Contacto local:

Nombre: _____

Dirección: _____

Teléfono (Día): _____ (Noche): _____

Pariente más cercano:

Nombre: _____

Dirección: _____

Teléfono (Día): _____ (Noche): _____

Números Telefónicos de la familia

Padre: _____ Madre: _____

Otros: _____

Números de Emergencia (en una emergencia en que peligre la vida, llame al 911)

Policía: _____ Bomberos: _____

Hospital: _____

Médicos familiares

Nombre: _____ Teléfono: _____

Nombre: _____ Teléfono: _____

Nombre: _____ Teléfono: _____

Sitios de reunión

Inmediatamente afuera del hogar: _____

Afuera de la comunidad, en caso de no poder regresar: _____

Dirección: _____ Teléfono: _____

Primera ruta que intentar: _____

Esté listo para partir

Los oficiales locales de gobierno extienden órdenes de evacuación cuando existe la amenaza de algún desastre. Escuche los reportajes locales de radio y televisión. Si los oficiales le piden que evacue, ¡hágalo inmediatamente!

Si tiene solo momentos antes de partir, agarre los siguientes artículos y vaya.

Provisiones médicas: medicamentos de receta y dentaduras.

- Provisiones para desastres: Lámpara de mano, baterías, radio, estuche de primeros auxilios, comida y agua embotellada.
- Ropa y cobijas: un cambio de ropa, lecho portátil y almohada para cada miembro del hogar.
- Llaves del auto y de un lugar a donde podría ir.
- Si existe la posibilidad de que el tiempo empeore, o que ocurran inundaciones- y los oficiales locales no le han pedido que parta- tome pasos para proteger su hogar y pertenencias.

Mantenga la presente lista y guía de emergencia junto al teléfono donde pueda ser localizado con facilidad.

CobbLine
your county news source

Esta publicación oficial de Cobb County fue producida por la Agencia de Manejo de Emergencias y la Junta de Comisionados

EMERGENCY GUIDE
100 Cherokee Street
Marietta, GA 30090

Presorted Standard
U.S. Postage Paid
Marietta GA 30060
Permit No. 26

Printed on RECYCLED PAPER with SOYBEAN INKS